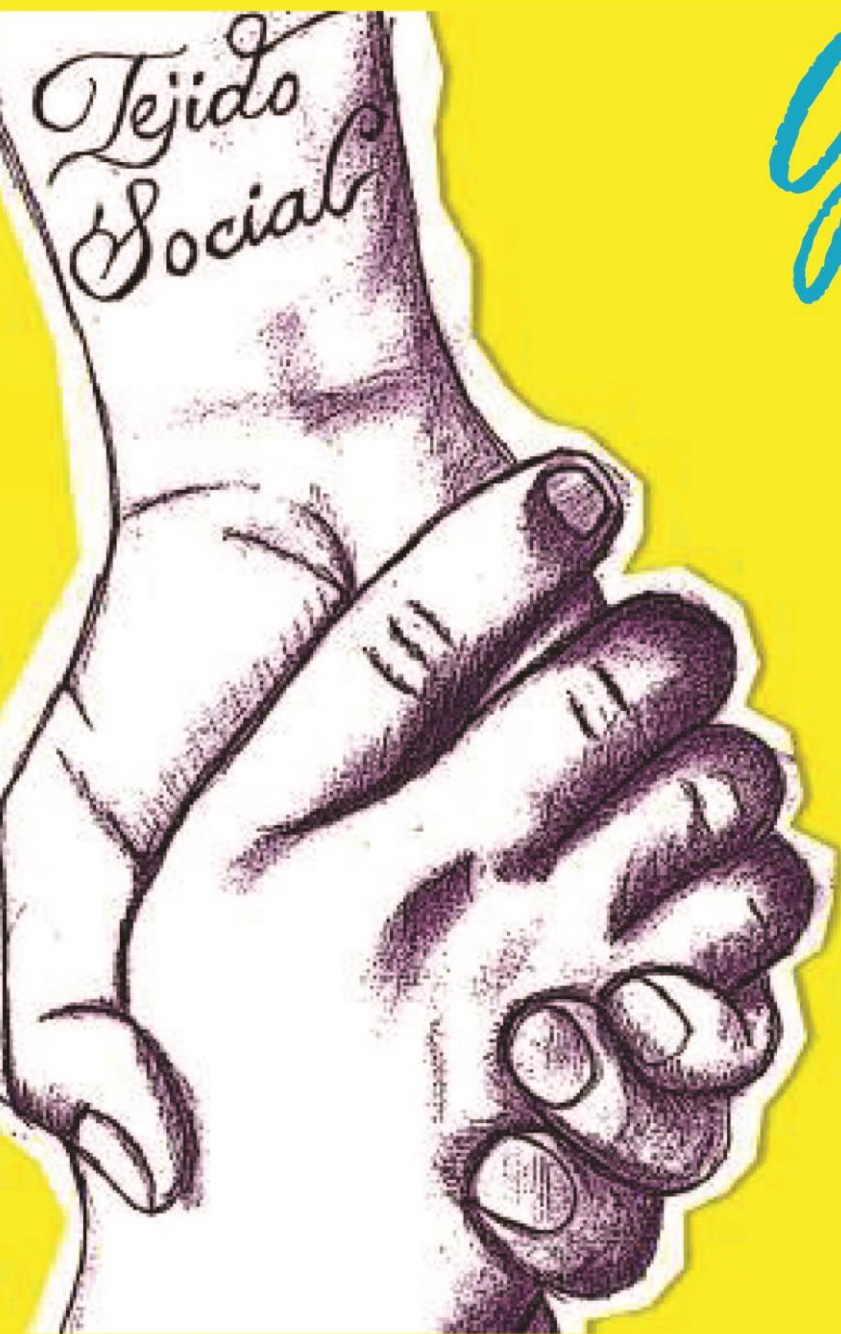
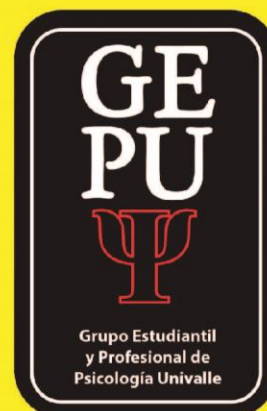


REVISTA DE PSICOLOGÍA

GEPU



GRUPO ESTUDIANTIL
Y PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
UNIVALLE



VOLUMEN
4

2

NUMERO

DICIEMBRE, 2013



REVISTA DE PSICOLOGÍA GEPU
Vol. 4 No. 2 – Diciembre de 2013
ISSN 2145-6569



Editora

Luz Adriana Rodríguez Vergara
larovr@gmail.com

COMITÉ EDITORIAL

Andrey Velásquez Fernández
Red Unidos - ANSPE

Nataly Chacon Morales
GEPU

Rosa Marínela Chaves
Universidad del Valle

Juan Fernando Rosero Gil
CEUV

Natciely Morales Ocampo
GEPU

Wilson Lozano Medina
Círculo Social del Self

Luz Stephania Trejos
Universidad del Valle

German Perdomo
Universidad del Valle

Angela Cano
Universidad del Valle

Sheila Gomez
GEPU

CONSULTORES NACIONALES

Leonel Valencia Legarda
Universidad San Buenaventura

Jorge Alexander Daza
Universidad Católica de Pereira

Andrés de Bedout Hoyos
Universidad San Buenaventura

Ximena Ortega Delgado
Universidad Mariana

Daniel Hurtado Cano
Universidad Manuela Beltrán

CONSULTORES INTERNACIONALES

Marcela Alejandra Parra
Universidad Autónoma de Barcelona

Blanca Hurtado Caceda
Universidad Alas Peruanas

María Amparo Miranda Salazar
Universidad del Valle de México

Adriana Savio Corvino
Universidad de la República

Hilda Janett Caquias
Escuela de Medicina de Ponce

COORDINADORES DE DISTRIBUCION

Margarita Ojeda
Asociación Paraguaya de Neuropsicología

Mario Rosero Ordoñez
Universidad Mariana

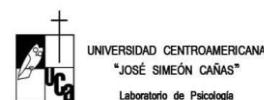
Nora Couso
Área de Medición Educativo Provincia del
Chubut de Argentina

Pablo Antonio Vásquez
Corporación para la Intervención Neuropsicopedagógica
y la Salud Mental

INDEXACIONES



AUSPICIADORES



Agradecimientos especiales en este número a la Asistentes Editorial Adriana Narvaez Aguilar. La **Revista de Psicología GEPU** es publicada por el Grupo Estudiantil y Profesional de Psicología Univalle, 5 piso, Edificio 385, Ciudadela Universitaria Meléndez, Universidad del Valle, Santiago de Cali, Colombia. Los artículos son responsabilidad de sus autores y no reflejan necesariamente la opinión del Grupo Estudiantil y Profesional de Psicología Univalle.

Hecho en Colombia - Sudamérica.

Safe Creative Código 1405080824994

Revista de Psicología GEPU Vol. 4 No. 2 by Grupo Estudiantil y Profesional de Psicología Univalle is licensed under a Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 3.0 Unported License. Creado a partir de la obra en <http://revistadepsicologiagepu.es.tl/Vol-4-No-2.htm>



Familias en Riesgo de Duelo Complicado en Bogotá

Por: Paulo Daniel Acero Rodríguez *

Universidad Manuela Beltrán / Colombia

Referencia Recomendada: Acero-Rodríguez, P. (2013). Familias en riesgo de duelo complicado. *Revista de Psicología GEPU*, 4 (2), 134-140.

Resumen: La muerte de un ser querido, sobre todo si se produce de manera repentina y violenta, es un evento que sobrepasa las fuerzas emocionales y físicas de las personas, sobre todo de las más cercanas, por el dolor que esto representa, el impacto en la vida cotidiana y el aumento de los sentimientos de tristeza, rabia y culpa. Este tipo de muertes, de acuerdo a la literatura dejan en riesgo a los dolientes de vivir duelos complicados o patológicos como lo señala Worden

(1997). En Colombia y en Bogotá de manera particular, cada año se produce un número inusitado de muertes en condiciones violentas, como lo revelan las cifras del Instituto Nacional de Medicina Legal. En este documento se llama la atención sobre la necesidad de prestar apoyo psicológico profesional a las familias afectadas, con el fin de prevenir la presentación de duelo con características patológicas

Palabras Clave: Muerte repentina, Proceso de duelo, Duelo Patológico, Impacto familiar.

Recibido: 4 de Diciembre de 2012

Aprobado: 17 de Julio de 2013

* Psicólogo Universidad Nacional de Colombia, Máster en Integración de personas con Discapacidad Universidad de Salamanca, Investigador Principal Grupo Bio psiquismo y Sociedad Universidad Manuela Beltrán, Líder, Semillero Krisálida Universidad Manuela Beltrán. Correo Electrónico: paulodanielacero@gmail.com

“La muerte siempre acontece. Hemos aprendido, a lo largo de la vida que este suceso inevitablemente ocurre. Pero, también, podemos llegar a aprender que es posible llenar de sentido una pérdida y dar significado a una muerte y no solo ser sus espectadores mudos o sufrientes. Que la muerte de alguien amado no necesariamente es una experiencia para ser cargada en la columna de las pérdidas, tal vez la oportunidad de un renovado comienzo. El comienzo de un nuevo horizonte no advertido hasta ese momento para los que quedamos vivos”.

Eduardo Greco.

SOBRE EL PROCESO DE DUELO

Trabajar con el tema de la muerte, como lo hacemos desde nuestro grupo y semillero de investigación, tiene como propósito intentar descifrar como la pérdida de un ser querido afecta al grupo familiar primario y a las personas cercanas con quienes esa persona tenía relaciones afectivas significativas; como esta situación entra en conflicto con la visión biológica de la vida, enfoque que plantea que los seres humanos nacen, crecen, se reproducen y mueren; y finalmente, como los seres humanos le hacen frente a esa experiencia vital, cuando, a raíz de ese suceso, se cuestionan los esquemas de pensamiento, las creencias, los esquemas culturales y el sentido de la existencia forjados a través del tiempo.

Por pensar solo en algunos de los afectados, por ejemplo, para la madre y el padre, el dolor de la pérdida de un hijo se vive como un dolor indescriptible; es una soledad que sobrepasa al ser humano; es un silencio que deja oraciones inconclusas y palabras sin decir. Desde esta óptica, el trabajar con el dolor de los seres humanos, principalmente el de la madre y el padre que pierden un hijo

o una hija, se convierte en un elemento central para el personal sanitario, debido a las múltiples crisis generadas por el evento, donde la vida se desmorona y deja de tener sentido.

Esta ponencia busca evidenciar como la perdida repentina y sobre todo violenta de un ser querido, afecta intensamente a quienes le sobreviven dejándolos en riesgo de vivir un proceso de duelo patológico, dadas las circunstancias de la muerte que, como se ha evidenciado en la literatura, muestran que una perdida repentina y violenta es muy difícil de procesar, ya que este tipo de pérdidas suelen imposibilitar la comprensión de la vida, cuestionan el sentido de la existencia y provocan cargas emocionales no muy fáciles de asumir.

MUERTES INESPERADAS

Las muertes inesperadas y violentas provocan una conmoción fuerte para los familiares que quedan vivos, ya que dejan poco tiempo para que estos adviertan y comprendan la magnitud de su pérdida. Corr (2001) calcula que, por cada muerte repentina e inesperada, al menos diez personas sufren un efecto directo; por ello, se podría pensar que en las sociedades actuales, la cantidad de familias que sufren procesos de duelo por muertes inesperadas es elevada, si se toman en cuenta los accidentes, homicidios, suicidios y problemas de salud.

Estas muertes inesperadas dejan secuelas en cada una de las personas que conforman la familia: padre, madre, abuelos, hermanos y tíos; dichas consecuencias se manifiestan de diversas formas, entre las que están

sentimientos de culpa, sensaciones de vacío e impotencia. Además, se deben manejar todas las creencias sociales, culturales y personales alrededor de la situación vivida, lo cual se agrava en ocasiones por los conflictos de pareja y, por las diversas formas de enfrentar la pena, que van desde las desconcertantes, como la tristeza y el llanto, hasta las ansiosas y explosivas, marcadas por el fenómeno social de género.

Por lo tanto, afrontar la muerte de un ser querido es uno de los momentos más difíciles y complejos que se tienen que superar en la vida. Esta situación difícil no solo es para la familia doliente; también tiene relación con los profesionales que laboran en salud, ya que estos en algunos casos son los responsables de comunicar la noticia del fallecimiento a la familia. Para estos profesionales, dicha situación está cargada de una connotación emocional, debido a sus creencias personales, culturales y sociales.

A raíz de los aspectos mencionados, se hace necesario reflexionar sobre la importancia de realizar, por parte de los profesionales de salud, una intervención social, terapéutica y oportuna, con las familias que pierden un ser querido de forma inesperada. Esta intervención busca trabajar los pensamientos, distorsiones y creencias sobre la muerte. La familia en proceso de duelo vive momentos de desorganización; posteriormente, requiere que los roles que el fallecido cumplía sean reorganizados, para adaptarse a la nueva situación en su dinámica familiar y en su modo de vida.

Las pérdidas en los seres humanos ocasionan impactos en distintas áreas: emocional, física, social, laboral y espiritual. La reacción a este tipo de pérdida es individual y vivida de diversas formas por cada persona; se va presentando en diferentes fases, en las cuales se experimentan momentos intensos que buscan en un futuro, incorporar la experiencia a su vida cotidiana.

La pérdida de un ser querido de forma inesperada afectará a su familia cercana, a sus parientes y amigos de distintas formas como: alejamiento, cambios de tema, opiniones que parecen incoherentes ante el evento, por lo que los dolientes se sentirán cada vez más solos e incomprendidos (Bucay, 2002; Fonnegra, 1999).

Fonnegra (1999) plantea que estas muertes inesperadas son un choque inicial al que se le suman otra serie de elementos como la culpa, los cuestionamientos internos, la revisión minuciosa de los últimos días, la rabia, los sentimientos de injusticia o resentimiento.

Grecco (1998) refiere que la muerte es una separación, un desprendimiento del ser amado, pero las muertes inesperadas no dan tiempo para resolver situaciones pendientes ni para las despedidas. Dificulta la comprensión y el entendimiento del evento sucedido; trunca proyectos y sueños que nos enfrentan a la pérdida, la soledad y el desapego.

La muerte sorpresiva es una situación que paraliza, que no se incorpora con facilidad y que transforma, dejando un trauma con una tendencia dolorosa (Grecco, 1998). Implica

un sobresalto; es un peligro inexplicable que asusta a las personas, las desordena y las paraliza, ya que la incredulidad se apodera de quienes le sobreviven.

Tabla 1. Homicidio Colombia. Muertes violentas según manera. Comparativo 2010-2011 (Enero - Julio).

MANERA DE MUERTE	2010			2011		
	Hombre	Mujer	Total	Hombre	Mujer	Total
Accidentales	1360	304	1664	1.294	307	1.601
Homicidios	8.482	724	9.206	7.644	711	8.355
Suicidios	785	173	958	776	171	947
Transito	2.449	608	3.057	2.318	556	2.874
TOTAL	13.076	1.809	14.885	12.032	1.745	13.777

Fuente: Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses—INMLCF/ Grupo Centro de Referencia Nacional sobre Violencia—GCRNV

MUERTE INESPERADA Y RIESGO DE DUELO COMPLICADO EN CIFRAS

Si se analizan las estadísticas proporcionadas por el Instituto Nacional de Medicina Legal, como se observa en la Tabla 1 y Tabla 2, se evidencia que hay un crecimiento de la incidencia de muertes repentinas y violentas tanto por homicidios, accidentes de tránsito y suicidios en el transcurso de un año, sobre todo en personas jóvenes.

Tabla 2. Homicidio Bogotá. Muertes violentas según manera. Comparativo 2010-2011 (Enero - julio)

MUNICIPIO	Bogotá D.C.
Accidental	177
Homicidio	876
Suicidio	166
Transito	317
TOTAL	1.536

Fuente: Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses—INMLCF/ Grupo Centro de Referencia Nacional sobre Violencia—GCRNV

Las Tablas anteriores permiten inferir, de acuerdo a lo arriba citado por Corr (2001) que si los fallecidos poseían a sus dos padres, se tendría una población de 27.444 personas en Colombia y 3.072 personas en la ciudad de Bogotá, que entre enero y julio del año que corre, vivieron procesos de duelo por la muerte de un hijo o una hija. Hay que preguntarse cómo están viviendo ese proceso de duelo, de qué forma lo están o no asumiendo, con qué tipo de apoyo han contado y cuántas personas están presentando problemas de salud derivados de un inadecuado proceso de elaboración del duelo.

Por otro lado, si cada una de estas personas fallecidas repentina y violentamente, tuvo, al menos, de acuerdo con Corr (2001) diez familiares cercanos, tenemos en Colombia a 274.440 personas y en Bogotá a 30.720 personas afrontando procesos de duelo en riesgo de complicarse.

DUELO COMPLICADO

Worden, J.W. (1997), en “El Tratamiento del Duelo. Asesoramiento Psicológico y Terapia”, propone una guía que describe principios y procedimientos específicos del asesoramiento psicológico, útiles para trabajar con pacientes en proceso de duelo y con ciertas reacciones emocionales. El autor describe los mecanismos del duelo y los procedimientos que deben llevarse a la práctica, a fin de que las personas ejecuten las “tareas” correspondientes a su superación. Explica cómo la no resolución del duelo puede generar la necesidad de buscar recursos terapéuticos para trabajar las emociones generadas a raíz del evento.

Viorst (1990) sugiere que la forma en que vivimos y terminamos el duelo, está matizada por la forma en que percibimos la pérdida, por la edad, por las personas amadas que están cerca, por lo preparado que se está, por las fuerzas interiores y los apoyos externos, por el vínculo que se poseía con la persona fallecida, pero sobre todo, por nuestra propia historia de amor y pérdidas.

Las familias que pierden a un ser querido de forma inesperada y violenta, generalmente entran en crisis, debido al apego y al amor que marcaba su vínculo con el ser querido fallecido. Al enfrentar el proceso de duelo y de pérdida, las familias viven momentos de caos y desesperación, sobre todo cuando los recursos internos y externos que brindan apoyo emocional no están disponibles o no son los que ellas requerían.

Para las familias, la muerte de un ser amado es una separación inesperada, además de un desprendimiento del afecto, la persona, los lugares y los objetos para las personas que quedan vivas. Según Grecco (1998), este es un hecho incompresible, inexplicable e irreversible, que le da una visión de fatalidad e “injusticia” y que, dadas las circunstancias, no permite realizar despedidas, dejando sensaciones de indignación e impotencia que rompen el orden natural de las cosas.

Rojas (2005, págs. 48-49-50) propone la existencia de diferentes tipos de duelo que tienen que ver con la intensidad y duración del mismo. Para este autor, se presentan cuatro expresiones:

1. Duelo deformado o crónico: este es arrastrado durante años; la persona

vive en los recuerdos y no tiene capacidad para reincorporarse a la sociedad, viviendo su pérdida como si acabara de ocurrir.

2. Duelo ausente, diferido, suprimido o retardado: se da principalmente en personas que en sus fases iniciales mantienen el control de la situación sin mostrar signos de sufrimiento. Pero el tiempo, los recuerdos y las vivencias con la persona fallecida se enfrentan con los sentimientos que no se vivieron y no se resolvieron.
3. Duelo eufórico: se expresa negando la realidad de la muerte o reconociendo el evento, pero analizándolo como un beneficio para el doliente.
4. Duelo patológico: su proceso de adaptación y elaboración es insuficiente, sus reacciones son de mucha intensidad que no pueden ser manejados por la persona que las siente. Pueden caer en dependencia de fármacos, drogas, aislamiento social y conductas autodestructivas.

Otros autores conciben el duelo crónico como un estado de desconsuelo permanente, usualmente asociado a un anclamiento en el pasado, en donde se observan variaciones y se perfilan signos de una depresión que está teñida de tensión, ansiedad, anhelo y resentimiento.

Las muertes que ocurren por situaciones traumáticas (homicidios, accidentes de tránsito y suicidios, entre otras), tienden a

complicar la realidad de las familias, debido a que estas deben enfrentar en un solo evento dos situaciones complejas: el dolor de la muerte y el estrés postraumático (Fonnegra, 1999)

Las situaciones traumáticas se caracterizan por lo sorpresivo y súbito del evento; por el nivel de violencia empleado en la persona agredida; por muertes múltiples o por factores que se pudieron evitar (Fonnegra, 1999). La misma autora, traza una serie de elementos que pueden complicar el duelo de una persona cuyo familiar fallece de forma repentina. Entre estos menciona:

- La capacidad de adaptación disminuye como consecuencia del evento; se sobrecarga la persona y los factores estresantes aumentan.
- El mundo que se cree seguro cambia y las creencias que daban un orden confiable se modifican y muestran la vulnerabilidad.
- Se analiza como una muerte absurda que no puede comprenderse y que no permitió un cierre o una despedida.
- Los síntomas agudos del duelo afectan lo emocional y lo físico por una mayor cantidad de tiempo.
- El doliente reconstruye los eventos y los escenarios del evento de forma continua para comprender y poder controlar el mismo.
- Se sobredimensiona la muerte y los eventos previos, con lo que se generan sentimientos de culpa.

- Las reacciones emocionales se intensifican con el fin de encontrarle un sentido a la muerte.

- El estrés postraumático lleva a la generación de imágenes y recuerdos que aumentan las respuestas del cuerpo.

Con base en lo anterior, es evidente que, en la actualidad, la ciudad está abocada a que un no despreciable número de habitantes y familias esté en riesgo de sufrir un duelo complicado. Por lo anterior, desde este espacio investigativo se urge a los servicios de salud para que abran espacios que permitan a los dolientes tener un acompañamiento profesional idóneo que posibilite prevenir la presentación de duelos complicados y, en consecuencia, prevenir las derivaciones somáticas de duelos no resueltos o patológicos.

REFERENCIAS

Bowlby, J. (1990). *La pérdida afectiva. Tristeza y depresión*. Buenos Aires, Editorial Paidós

Bucay, J. (2002). *El Camino de las lágrimas*. México: Editorial Océano.

Corr, Ch. (2001). *Las muertes violentas e inesperadas dejan una serie de "víctimas secundarias*. Universidad del Sur de Illinois en Edwardsville, Partnership for Caring, Inc. (www.findingourway.net/downloads/Violence_Sp.doc)

Fonnegra, I. (1999). *De cara a la muerte: cómo afrontar las penas, el dolor y la muerte para vivir plenamente*. Colombia: Editorial Andrés Bello.

Grecco, E. (1998). *Muertes inesperadas: manual de autoayuda para los que quedamos vivos*. Buenos Aires: Ediciones Continente.

Gutierrez, A. (2009). *Manejo de duelo en las madres y Padres que pierden a su hijo o Hija de forma inesperada*. Documento inédito. Universidad de Costa Rica.

Rojas, S. (2005). *El manejo del duelo. Una propuesta para un comienzo*. Bogotá: Editorial Norma.

Worden, W. (1991). *El Tratamiento del duelo*. Buenos Aires: Editorial Paidós.

Viorst, Judith, (1990), *Las Pérdidas Necesarias*. Barcelona, Editorial Plaza y Editores S.A.